

20 - -

3 savaitė penktadienis

Pusryčiai 8.05–8.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė						Energetinė vertė, kcal	
Amžiaus grupė		1-3 m.	4-6 m.	Baltymai, g		Riebalai, g		Angliavandeni ai, g		1-3 m.	4-6 m.
Viso grūdo avių košė	3-3/54T	150	200	4,98	6,64	4,27	5,69	24,31	32,42	155,64	207,52
Nesaldinta arbata		150	150								
Vaisių lėkštelė (bananai)		150	150	0,6	0,6			19,5	19,5	85,7	85,7
Duonos lazdelės		20	20	1,48	1,48	0,32	0,32	6,56	6,56	63,0	63,0
	Iš viso:			7,06	8,72	4,59	6,01	50,37	58,48	304,34	356,22

Pietūs 11.30–12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė						Energetinė vertė, kcal	
Amžiaus grupė		1-3 m.	4-6 m.	Baltymai, g		Riebalai, g		Angliavandeniai, g		1-3 m.	4-6 m.
Šviežių daržovių sriuba	11	100	150	1,53	2,59	6,5	8,19	13,0	15,79	95,2	140,2
Grietinė		5	5	0,2	0,2	1,2	1,2	0,2	0,2	10,9	10,9
Duona		30	40	2,25	3	0,45	0,6	12,82	17,1	64,57	86,1
Koldūnai su kiauliena		150	200	16,9	22,5	4,1	4,9	34,3	45,7	247,6	320,1
Nesaldintas jogurtas	14-1/2	15	20	0,06	0,08	1,8	2,4	0,09	1,26	22,41	29,88
Vanduo		150	150								
	Iš viso			20,99	28,37	14,05	17,29	60,41	80,05	440,68	587,18

TVIRTINU

Ignalinos r. Didžiasalio „Ryto“ gimnazijos
direktorė

Jelena Tumanovienė

(parašas)

20 - -

Pavakariai 15.05–15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė						Energetinė vertė, kcal	
		1-3 m.	4-6 m.	Baltymai, g		Riebalai, g		Angliavandeniai, g		1-3 m.	4-6 m.
Amžiaus grupė											
Pyragas pieniškas		50	50	3,9	3,9	1,9	1,9	32	32	191,4	191,4
Jogurtas		125	125	13,2	14,3	7,7	8,6	3	4	134	146
Nesaldinta arbata		150	150								
	Iš viso:			17,1	18,2	9,6	10,5	35	36	325,4	337,4
Iš viso (dienos davinio) :		45,06	55,29	28,24	33,8	145,78	174,53	1070,42	1280,8		